



Protocolo general de seguridad para evitar la propagación del **CORONAVIRUS**

Objetivo Establecer recomendaciones generales para prevenir el contagio del virus COVID-19 (Coronavirus) en la Entidad y sus asociados.

Como medida general se deberá evitar las concentraciones masivas de gente, sobre todo en lugares cerrados.

También se debe evitar que las personas mayores a 65 años, o con patologías de base, participen de reuniones o concurren a los ámbitos de trabajo si no es indispensable.

Optar por el teletrabajo y las teleconferencias y cualquier persona con algún síntoma sospechoso deberá consultar al servicio médico y no asistir a su lugar de trabajo.

Limpieza y desinfección de superficies de: **ÁREAS COMUNES**

Pisos

Se recomienda el uso de una mopa y un carro doble balde, con el cual tendrá un reservorio en que podrá colocar el producto desinfectante y otro en el que enjuagará y secará la mopa sucia.

- Barrer el piso correctamente, para remover la suciedad grosera.
- Sumergir la mopa en el balde que contenga un limpiador.
- Cubrir toda la superficie, fregando el piso.
- Enjuagar la mopa en el balde con agua, escurrir y secar el exceso de producto.

Salas de reuniones

Se recomienda que el personal se aplique loción alcohólica o alcohol en gel sobre sus manos al ingresar a la reunión.

- Dejar sobre la mesa un envase de un limpiador sanitizante de superficies para que el personal aplique sobre sus dispositivos táctiles y remueva con paño descartable.
- Al salir de la reunión aplique nuevamente el alcohol sobre sus manos.

Mesas de reuniones

- Previo y post reunión limpie la superficie de la mesa rociando un limpiador desinfectante sobre la misma.
- Seque el producto con paño descartable.



Picaportes, control de accesos, botoneras de ascensores y barandas

- Limpiar y desinfectar los picaportes de todas las zonas, con periodicidad diaria, utilizando un limpiador desinfectante, siguiendo las instrucciones de uso.
- Luego rocíe los mismos con limpiador sanitizante de superficies (que contenga nanopartículas de plata de preferencia) para brindar un efecto residual.

Teléfonos

- Limpiar y desinfectar el tubo y la botonera con limpiador desinfectante.
- Aplicar limpiador sanitizante de superficies, dejar secar.
- Repetir este procedimiento 3 o 4 veces al día.

Limpieza y desinfección de superficies de: BAÑOS

Para asegurar una correcta desinfección, deberá realizarse al menos, dos veces al día un proceso de limpieza con un detergente multienzimático (amilasa-lipasa-proteasa) previo a la aplicación con un limpiador desinfectante. Para mantener la desinfección durante el día, podrá utilizarse sólo el producto para limpiar y desinfectar en un solo paso.

- Aplicar el detergente.
- Cepillar las superficies vigorosamente.
- Enjuagar con abundante agua para eliminar los residuos y el producto remanente.
- Dejar secar la superficie.
- A continuación, se procederá a desinfectar las superficies. Para ello deberá aplicarse el desinfectante sobre toda la superficie.
- Dejar actuar 10 minutos.
- Remover exceso con paño descartable.
- Con la finalidad de mantener las superficies desinfectadas a lo largo del día, se recomienda aplicar el limpiador desinfectante de un solo paso en todas las superficies, al menos 4 veces al día.
- Para superficies de alto contacto, como picaportes, grifos, botón de descarga, se recomienda limpiar, desinfectar, y a su vez, aplicar limpiador sanitizante de superficies, con la finalidad de brindar efecto residual.
- Para tapas de inodoros utilizar recubrimiento post desinfección, que mantenga el efecto bactericida por 24 hs. Renovar al término de ese lapso.



Limpieza y desinfección de superficies de: **COCINAS**

Mobiliario

- Aplicar con rociador un detergente multienzimático sobre mesas y azulejos.
- Cepillar las mismas con ayuda de agua templada (30 °C).
- Enjuagar con abundante agua para eliminar los residuos y el producto remanente.
- Dejar secar la superficie.
- A continuación, se procederá a desinfectar las superficies. Para ello deberá aplicarse un limpiador desinfectante con el uso de un rociador.
- Dejar actuar 10 minutos.
- Remover exceso con paño descartable.
- Para mesadas de acero aplique recubrimiento post desinfección, que mantenga el efecto bactericida por 24 hs. Renovar al término de ese lapso con paño descartable.

Perillas y manijas de mobiliario

- Luego de limpiar y desinfectar las perillas, del modo indicado anteriormente, aplique limpiador sanitizante de superficies (efecto residual) o recubrimiento post desinfección hybridon.
- Dejar secar.

Utensilios

- Los utensilios (platos, vasos cubiertos), deberán lavarse luego de cada uso.
- Remojar los utensilios en agua templada (30 °C) con detergente multienzimático.
- Dejar actuar 5 minutos.
- Cepillar y enjuagar con abundante agua.
- A continuación, remoje los utensilios en un desinfectante por 10 minutos, con la finalidad de desinfectar los mismos.
- Enjuagar y dejar secar a aire.



Actividades en la entidad (eventos, reuniones, viajes)

- Las personas que hayan transitado por zonas afectadas, presenten síntomas compatibles con COVID-19 o tengan familiares o allegados infectados no deberán asistir a eventos convocados por la Entidad.
- El personal de ADIMRA que coordine dichas actividades, al enviar la convocatoria deberá solicitar por escrito la declaración del participante de que no se encuentra afectado por lo dicho en el párrafo anterior.
- Minimizar las reuniones presenciales y en su lugar utilizar sistemas de comunicación remotos, como el sistema ZOOM u otro.
- No se realizarán reuniones ni eventos multitudinarios en la Asociación.
- El personal de ADIMRA que haya viajado recientemente a zonas con transmisión sostenida: China, Corea del Sur, Japón, Irán, Europa o Estados Unidos, o quienes hayan estado en contacto con casos confirmados de COVID-19, deberán permanecer en el hogar por 14 días y no concurrir a lugares públicos o actividades con otras personas. En esos casos se preverá una modalidad de trabajo “home office” a través del sistema Zoom.
- Se recomienda no asistir a actividades laborales de asistencia masiva (más de 25 personas).
- Se suspenden los viajes al exterior del personal hasta nuevo aviso.



Recomendaciones para la prevención de infecciones respiratorias en empresas y organismos con **ATENCIÓN AL PÚBLICO**

Fuente: Ministerio de Salud de la Nación

Estas recomendaciones buscan prevenir la transmisión de todas las infecciones respiratorias en ámbitos de atención al público, incluyendo las infecciones producidas por coronavirus como el COVID-19.

Están destinadas a orientar sobre medidas de prevención en lugares con alto tránsito de personas como pueden ser: aeropuertos, terminales de transporte, estadios deportivos, cines, transporte público, etc.

Las medidas deben ser adoptadas como prácticas estándar para la prevención de infecciones respiratorias tales como gripe, coronavirus, entre otros, que se transmiten por gotas de saliva al hablar, toser y estornudar; y que contaminan superficies y objetos en un área de circunferencia de aproximadamente un metro.

1. Recomendaciones visuales

En todo momento es recomendable poner a disposición del público información sobre la adecuada higiene de manos y la apropiada higiene respiratoria o manejo de la tos ante la presencia de síntomas de una infección respiratoria.

Las recomendaciones visuales suelen ser de utilidad como recordatorios en todos los puntos de acceso a las instalaciones. Se sugiere su ubicación en lugares fácilmente visibles para el público general, pasajeros, visitantes. Dependiendo del tipo de organismo o empresa de que se trate, es deseable incluir mensajes en varios idiomas.

2. Adecuada higiene de manos

Una adecuada higiene de manos puede realizarse a través de dos acciones sencillas que requieren de un correcto conocimiento de ambas técnicas:

2.1 Lavado de manos con agua y jabón

Higiene de manos con soluciones a base de alcohol (por ejemplo, alcohol en gel)
Es importante higienizarse las manos frecuentemente sobre todo:

- Antes y después de manipular basura o desperdicios.
- Antes y después de comer, manipular alimentos y/o amamantar.
- Luego de haber tocado superficies públicas: mostradores, pasamanos, picaportes, barandas, etc.
- Después de manipular dinero, llaves, animales, etc.
- Después de ir al baño o de cambiar pañales.

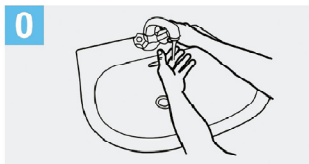


2.1 Lavado de manos con agua y jabón

El lavado de manos requiere asegurar insumos básicos como jabón líquido o espuma en un dispensador, y toallas descartables o secadores de manos por soplado de aire.

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, **el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos.**
- El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración:



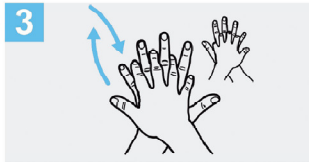
0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



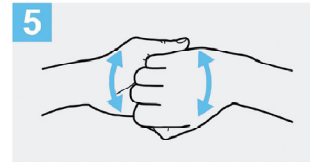
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



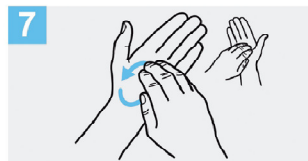
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



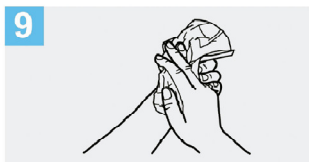
6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



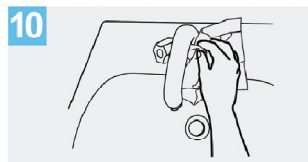
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



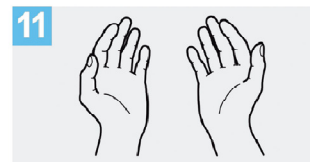
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Crédito: OMS



2.2 Higiene de manos con soluciones a base de alcohol

- El frotado de manos con una solución a base de alcohol es un método práctico para la higiene de manos.

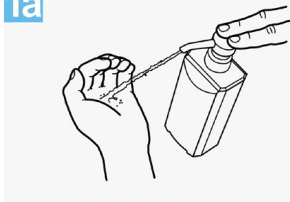
- Es eficiente y se puede realizar en prácticamente cualquier lado.

Método adecuado para el uso de soluciones a base de alcohol

- Para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, la higiene de manos con soluciones a base de alcohol debe durar **20 – 30 segundos**.

- La higiene de manos con soluciones a base de alcohol se debe realizar siguiendo los pasos indicados en la ilustración.

1a

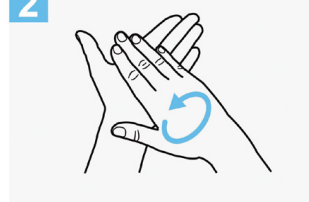


Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

1b

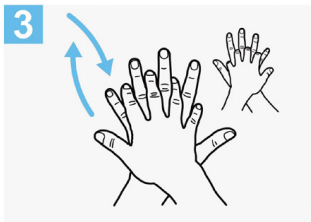


2



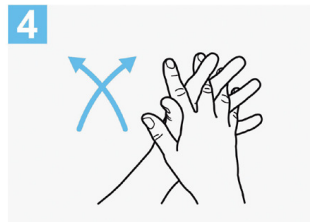
Frótese las palmas de las manos entre sí;

3



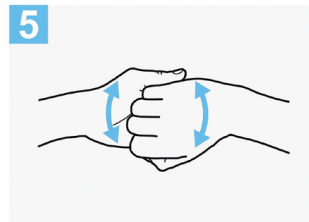
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5



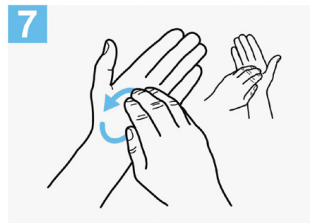
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6



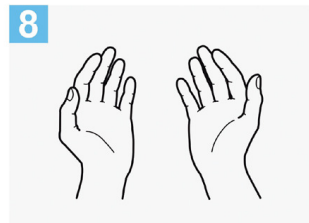
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8



Una vez secas, sus manos son seguras.

Crédito: OMS



3. Adecuada higiene respiratoria

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar. Esto es importante, sobre todo, cuando las personas presentan signos y síntomas de una infección respiratoria como resfríos o gripe.

- Cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar.
- Usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.
- Limpiar las manos después de toser o estornudar.

Las empresas y organismos deben garantizar la disponibilidad de los materiales para facilitar el cumplimiento de una adecuada higiene respiratoria en áreas de espera u alto tránsito.

- Disposición de cestos para el desecho de los pañuelos usados que no requieran de manipulación para su uso: boca ancha, sin una tapa que obligue al contacto.
- Es recomendable la disposición de dispensadores con soluciones desinfectantes para una adecuada higiene de manos.
- Las soluciones a base de alcohol son el estándar internacional por alta eficiencia demostrada.
- El lavado de manos es una opción igual de efectiva, pero debe garantizarse que los suministros necesarios estén siempre disponibles.
- También se sugiere la colocación de material gráfico que demuestre como debe realizarse la higiene de manos adecuada.

4. Desinfección de superficies y ventilación de ambientes

La contaminación de superficies y objetos es una de las vías más frecuentes de transmisión de las infecciones respiratorias. Se recuerda que diversas superficies deben ser desinfectadas regularmente para minimizar el riesgo de transmisión por contacto: mostradores, barandas, picaportes, puertas, etc.

La desinfección debe realizarse diariamente y esta frecuencia, depende del tránsito y de la acumulación de personas, la época del año y la complementación con la ventilación de ambientes. Antes de aplicar cualquier tipo de desinfectante debe realizarse la limpieza de las superficies con agua y detergente. Esta limpieza tiene por finalidad realizar la remoción mecánica de la suciedad presente.

4.1 - Limpieza húmeda

La forma sugerida es siempre la limpieza húmeda con trapeador o paño, en lugar de la limpieza seca (escobas, cepillos, etc.). Un procedimiento sencillo es la **técnica de doble balde y doble trapo:**



- Preparar en un recipiente (balde 1) una solución con agua tibia y detergente de uso doméstico suficiente para producir espuma.
- Sumergir el trapo (trapo 1) en la solución preparada en balde 1, escurrir y friccionar las superficies a limpiar. Siempre desde la zona más limpia a la más sucia.
- Repetir el paso anterior hasta que quede visiblemente limpia.
- Enjuagar con un segundo trapo (trapo 2) sumergido en un segundo recipiente (balde 2) con solución de agua con detergente.

4.2 - Desinfección de las superficies

Una vez realizada la limpieza de superficies se procede a su desinfección.

Con esta solución pueden desinfectarse las superficies que estén visiblemente limpias o luego de su limpieza. Esta solución produce rápida inactivación de los virus y otros microorganismos. El proceso es sencillo y económico ya que requiere de elementos de uso corriente: agua, recipiente, trapeadores o paños, hipoclorito de sodio de uso doméstico (lavandina con concentración de 55 gr/litro):

- Colocar 100 ml de lavandina de uso doméstico en 10 litros de agua.
- Sumergir el trapeador o paño en la solución preparada, escurrir y friccionar las superficies a desinfectar.
- Dejar secar la superficie.

El personal de limpieza debe utilizar equipo de protección individual adecuado para limpieza y desinfección.

4.3 – Ventilación de ambientes

La ventilación de ambientes cerrados, sobre todo en período invernal o de bajas temperaturas debe hacerse con regularidad para permitir el recambio de aire.

En otras circunstancias y lugares se recomienda que se asegure el recambio de aire mediante la abertura de puertas y ventanas que produzcan circulación cruzada del aire.

5. Uso de barbijos

No se recomienda el uso de barbijos, de manera rutinaria, en trabajadores y trabajadoras que atienden al público.

El uso de barreras protectoras personales como los barbijos solo está recomendado para:

- Personas que presentan síntomas respiratorios detectados.
- Personal de salud que atiende a personas con síntomas respiratorios.